

**Let's enjoy sports!**

三条市総合型地域スポーツクラブ

**りんぐる**

<http://www.ringlesanjo.org/>

**「りんぐる」って？**

三条市総合型地域スポーツクラブりんぐるは、日々の健康づくりやコミュニケーションの場として、また、生活の一部のスポーツの場としてご活用いただいています。子どもからお年寄りまで、世代を超えて参加でき、おひとりおひとりが無理なく身体を動かせるプログラムをご用意しています。

新しいスポーツライフを通じて地域交流の輪を広げ毎日を生き活きと過ごしませんか。

**プログラムってどんなものがあるの？**

### りんぐる会員プログラム（通年）

りんぐる会員になることで24プログラムを自由に参加できます。また回数券・1回参加券でも指定回数だけ参加できます（プログラムによって年齢や性別に制限もあります）。スポーツ種目を中心に定員を設けて開催する「定員制プログラム」、ストレッチやダンス・トレーニングなどの「フィットネスプログラム」があります。

### 体協加盟団体共催プログラム（会員でなくても参加できます）

（一社）三条市体育協会加盟団体が主催するプログラムで、会員でなくても参加できます。また参加費もプログラムごとに異なります。詳細は主催団体へご連絡ください。

### オープンメニュー（どなたでも参加できます）

会員内外問わずいろんな方から参加いただける不定期・短期のメニューです。スポーツ種目はもちろん、季節を感じることでできる教室、また座学セミナーで知識を広げて暮らしに活かせる教室など様々なメニューを開催いたします。開催決定したのから順次ポスターやりんぐる・（一社）三条市体育協会ホームページなどでご案内いたします。

### 会員じゃなくても1回だけ参加する方法は？

1回参加券（800円）、回数券（6回分3500円）を購入し提示することで参加できます。参加券はりんぐる事務局（6月末まで総合体育館、7月から旧第一中学校体育館）・栄体育館の各事務室で販売しております。参加券の購入は事前に購入できるほか、当日でもお求めいただけます。

**会員優待施設でもっと健康に！～会員証提示で下記施設で割引優待が受けられます！～**

**三条サカイボウル**

会員証1枚につき5名様まで  
1ゲーム50円引き

八木ヶ鼻温泉 **いい湯らてい**

会員証提示ご本人様  
入館料100円引き

スポーツクラブ **JOYFIT** イオン県央

会員証提示ご本人様  
入会特別割引価格6,000円

**申込み・問い合わせはこちらまでお気軽にどうぞ！**

**三条市総合型地域スポーツクラブりんぐる 事務局**

三条市総合型地域スポーツクラブ  
**りんぐる**

事務局 三条市総合体育館事務室内（7月より旧第一中学校体育館）  
受付時間 月曜～金曜9：00～17：00（祝祭日・年末年始除く）  
電話0256-32-5210 mail ringle@sanjotaikyo.jp

